

LECITINA DE SOYA



¿Que es la Lecitina de Soya?

La lecitina es una sustancia de color amarillo conformada por ácidos grasos. Dentro de sus cualidades más importantes tenemos su poder de aportar ácidos grasos muy saludables, como el linoleico y el linolénico, además de inositol, colina y fósforo. Se sabe que todos estos componentes de la lecitina contribuyen a mejorar el perfil lipídico en sangre además de prevenir el desarrollo de hígado graso; condición grave porque se vincula con mayor riesgo metabólico y cardiovascular.

Algunos de sus beneficios para la salud son:

- Incrementa la inmunidad del organismo. Se ha comprobado que la lecitina de soya incentiva de manera significativa la función inmunológica. El principio activo que contiene esta sustancia coadyuva a que el cuerpo luche con las consecuencias del estrés físico y mental.

- Fortalece las células y las funciones cerebrales. A este respecto, todavía se efectúan estudios. Sin embargo, la evidencia obtenida hasta ahora sugiere que la lecitina puede tener un efecto neuroprotector, minimizando el riesgo de demencia, pues retrasa el proceso de degeneración de las células que protegen y estabilizan los tejidos cerebrales.
- Mejora los niveles de colesterol. Se acostumbra el uso de este suplemento alimenticio por su papel esencial en el procesamiento de las grasas y colesterol, ya que tiene la capacidad de reducir el exceso del colesterol malo.
- Conserva la integridad de las células. Los compuestos de grasa de la lecitina de soya ayudan al mantenimiento de las células, lo cual es esencial para el normal desempeño del cerebro, los nervios, el hígado y otros órganos importantes del cuerpo.
- Repone la falta de estrógenos. Este suplemento nutricional es una caricia para la salud de la mujer, pues al ser rico en isoflavonas, posee la capacidad de reponer la falta de estrógenos en la sangre, disminuyendo así los síntomas de la menopausia.
- Mejora a pacientes que sufren del mal de Alzheimer. Se afirma que su componente de colina cumple el objetivo de optimizar la función cognitiva en personas que padecen de la enfermedad de Alzheimer.





Presentación y Dosis

La lecitina Vidanat® viene en presentación de frasco con 60 cápsulas de 1200mg.

Se recomienda tomar 2 cápsulas después de cada alimento 3 veces al día.

Contraindicaciones

El consumo de este producto es responsabilidad de quien lo usa. En dosis elevadas puede causar dolor abdominal, diarreas por su efecto laxante, sudoración, vómitos y pérdida de peso. No contiene gluten, por lo que puede ser consumida por personas con enfermedad celíaca; solo está contraindicada en quienes presentan alergia a la soya o a alguno de sus componentes. No se recomienda durante el embarazo y la lactancia.